

FIZEOTERAETIK MUOLAJALAR VA ULARNING TURLARI



Siddiqjonova Madinaxon Akmaljon qizi

Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

Hamshiralik ishi fani o'qituvchisi

Fizioterapiya (grekcha: *phýsis*, tabiat + therapéia, davolash)

Fizioterapiya - bu fizioterapevtlar tomonidan bemorlarning hayoti davomida tananing maksimal harakat erkinligini va funkcionalligini rivojlantirish, saqlash va tiklash maqsadida ko'rsatiladigan xizmatlardir. Fizioterapiya xizmatlari qarilik oqibatida, shikastlanishlarda, og'riqlarda, turli xil kasalliklarda, buzilish, holat yoki atrof-muhit omillari natijasida tananing funkcionalligi va harakatchanligi buzilgan hollarda, to'liq funktsional harakat sog'liqning eng muhim omili ekanligini tushungan holda taqdim etiladi .

Fizioterapiya turli kasalliklarni tabiiy omillarning inson organizmiga jismoniy ta'siridan foydalangan holda davolash uslublarini taklif etadi.

Barchaga ma'lumki, ba'zi hollarda farmakologik preparatlarni qabul qilish nojo'ya ta'sir ko'rsatishi yoki allergiya yoki preparat va uning komponentlariga nisbatan yuqori sezuvchanlik, ovqat hazm bo'lishining buzilishi, qorin shishishi, ich qotishi, diareya, jigar yoki boshqa sog'lom organlarga ta'sir va hatto shunchaki dorining og'izdagi yoqimsiz ta'mi kabi noxush reaksiya va oqibatlarga olib kelishi mumkin. Fizioterapiya esa odatiy dori preparatlarini qabul qilishni ancha kamaytirishga imkon beradi, ba'zi hollarda esa organizmga tashqi foydali jismoniy ta'sir ko'rsatish hisobiga bunday muolajadan butunlay voz kechish yoki uning ta'sirini to'ldirish mumkin. Unga qo'shimcha tarzda aytish mumkinki, ba'zi muolaja jarayonlaridan o'tish nafaqat foydali, balki yoqimli bo'ladi. Ular bo'shashtirish, tinchlantirish va o'z vaqtida yangi hissiyotlar tuhfa etish xususiyatiga ega. Muolajalar kerak joyida sog'lom organlarga zarar yetkazmagan holda organizmingizni sog'lomlashtiradi.



Fizioterapiya quyidagi sog`lomlashtruvchi davolash tartiblari kompleksini o`z ichiga oladi: issiqlik terapiyasi, elektroforez, nur yordamida muolaja, magnitoterapiya, CMT-fizioterapiya, YBЧ, umumiy YΦO, darsonval, ultratovushli ta`sir, elektromassaj, ingalyatsiya, amplipuls, cho`zish, manual terapiya va massaj.

Bu kabi davolash usullari aniqsa og`ir operatsiyalar, shikastlanishlar, jiddiy surunkali kasalliklarni boshidan o`tkazgan bemorlarga organizmning tezlashtirilgan rehabilitatsiyasi va hayotiy tonusini oshirish maqsadida tayinlanadi. Ba`zi fizioterapevtik uslublarni qo`llashdan davolash natijalarini ushlab turish va mustahkamlash uchun profilaktika maqsadlarida va yanada yaxshiroq samaraga erishish uchun foydalanish mumkin.

Tabiiy omillarning organizmga ijobiy ta`siri sharofati bilan qon aylanishi, limfa aylanishi va tomir-muskul hissi yaxshilanadi, immunitet va metabolizm jarayonlari jadallashadi, to`qimalar regeneratsiyasi tezlashadi, organlarning normal ishchanligi tiklandi .



Fizioterapiya uslublari osteoxondrozda, tanosil tizimidagi kasalliklarda, stomatologiyada va tibbiyotning boshqa ko`plab sohalarida keng qo`llaniladi.

Ammo, jarayonlarning og`riqsizligiga qaramay, bir qator qarshi ko`rsatmalar mavjud. Shuning uchun fiziomuolajaga kirishishdan oldin vrach bilan maslahatlashish juda muhim. Vrach puxta tekshiruvdan so`ng aynan sizga mos bo`lgan fizioterapiya kursini tayinlaydi.

Cho`zish – tayanch-harakatlantiruvchi tizim (umurtqa)ni davolash usuli.

Umurtqani traksion cho`zishning bir necha xillari mavjud – quruq gorizontal va vertikal cho`zish, suvosti gorizontal va vertikal cho`zish, muskul relaksatsiyasi asosidagi cho`zish.



Uslubning mazmuni shundan iboratki, umurtqa odamning o`z vazni, qo`shimcha yuklar yoki maxsus apparatlar yordamida cho`ziladi (ilmiy tilda “traksiya”). Umurtqa ustunini cho`zish jarayon davomida umurtqa o`rtasidagi tirqishning kattalashishi tufayli siqilgan nerv tomirlarini, muskul to`qimalarini va qon tomirlarini bo`shatish imkonini beradi. Natijada siljigan umurtqalar o`z joyiga qaytadi, qon aylanishi yaxshilanadi, umurtqalarni o`rab turgan chuqur muskullar bo`shashadi, og`riq sindromlari va spazmlar o`tib ketadi. Jarayon va bosim tezligi zamonaviy uskuna tomonidan qat`iy nazorat qilinadi va tibbiyot xodimining sinchkov kuzatuvida bo`ladi. Bu bilan umurtqa ustuniga ehtiyotkorlik va asta-sekinlik bilan ta`sir o`tkazishga erishiladi va keskin bosim yoki shikastlanish xavfini yo`qqa chiqaradi. Bemor sog`lig`i uchun yanada ijobiy samaraga erishish maqsadida 10 va undan ko`p davolanish tartiblaridan iborat muolaja kursini o`tish tavsiya etiladi, negaki ta`sir bosqichma-bosqich, asta-sekinlik bilan bo`lishi lozim.

Jarayondan so`ng umurtqaga bosim berish bilan bog`liq ba`zi cheklash va tadbirlarga amal qilish juda muhim: og`ir yuk ko`tarish; sakrash yoki yugurish bilan shug`ullanish; umurtqa ustuniga rotatsion va o`q bo`ylab bosim beruvchi har qanday mashqlarni bajarish mumkin emas; muolaja davrida barcha og`ir jismoniy bosimlardan holi bo`lish lozim. Bu organizmga kasallikni oson va tez yengib o`tishiga yordam

beradi va tayanch-harakatlantiruvchi apparatni sogʻlomlashtirishga qaratilgan muolaja jarayonlarini sarmahsul va xavfsiz oʻtishiga imkon yaratadi.

Umurtqani choʻzish – davolashning juda samarali uslubi. Qator qarshi koʻrsatmalar mavjudligi sababli, u koʻplab belbogʻ kasalliklarida bemorni puxta tibbiy tekshiruvdan oʻtkazgandan soʻng tayinlanadi. Qoʻyilgan tashxisdan kelib chiqib vrach traksion choʻzish jarayonini bajarishning eng mos keladigan usulini tayinlaydi.



Lazeroterapiya – optik kvant generatorlari tomonidan ishlab chiqariladigan quyi tezlikdagi lazer nurlanishini qoʻllashga asoslangan muolaja uslubi. Qizil va infraqizil lazer nurlanishlari organizmga bir bogʻ jamlangan nurning chuqur kirib borish yoʻli bilan taʼsir etish samarasiga ega va tibbiyotning koʻplab sohalarida keng turdagi kasalliklarni davolashda qoʻllaniladi. Terapevtik lazer nurlanishining asosi nur quvvatining yuqori biologik faolligidan va oʻziga xos fizikaviy va kimyoviy xususiyatlaridan foydalanishdan iborat. Nur yuqori spektral zichlikka ega boʻlib, odam organizmiga ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Shuningdek, bu qabul qilinayotgan dori preparatlari miqdorini kamaytirish, organlar regeneratsiyasini tezlashtirish va ularni tonusda ushlab turish imkonini beruvchi fiziojarayondir.

Lazeroterapiya davolash tartiblari toʻqimalardagi fotokimyoviy va fotofizik jarayonlarni faollashtiradi, ularning qon bilan taʼminlanishini yaxshilaydi va kislorod bilan toʻydiradi, organizmdagi trofik va regeneratsiya jarayonlarini jadallashtiradi, shikastlanish oʻchogʻiga yalligʻlanishga qarshi, shishlarni tarqatuvchi taʼsir koʻrsatadi, ogʻriq sindromini sustlashtiradi, qon quyulishini kamaytiradi, immun hujayralari vazifalarini faollashtiradi.

Lazeroterapiyani yurak qon-tomir kasalliklarida, dermatologik muammolar yuzaga kelganda, nevrologik buzilishlarda, nafas olish organlari patologiyalarida,

oshqozon-ichak kasalliklarida, bo`g`imlar va umurtqa kasalliklarida, tanosil tizimi kasalliklarida, stomatologik patologiyalarda qo`llaniladi.

Tananing kerakli qismlariga maxsus yo`naltirilgan nurli nurlanish ta`siri teri qoplamiga zarar yetkazmay va odam tanasiga shikast yetkazmay bemor holatini juda yumshoq tarzda anchayin yaxshilashga yordam beradi. Lazeroterapiyaning afzalligi shundaki, jarayon og`riqsiz kechadi va shuningdek, profilaktika maqsadlarida ham qo`llanilishi mumkin, bunda sog`lomlashish jarayoni ancha tezlashadi va muolaja natijasining uzoq vaqt saqlanishi ta`minlanadi.

Optik diapazon (lazer)dan foydalanish sababli fiziojarayon og`riqsiz bo`lishiga qaramay, lazeroterapiya bir qancha qarshi ko`rsatmalarga ega, shuning uchun vrach ushbu davolash tartibini bemorni sinchiklab tekshirgandan so`ng tayinlaydi.



Fizioterapiya uchun quyidagi uskunadan foydalaniladi:

- BTL-4000 Premium kombinatsiyalangan fizioterapiya apparati (elektroterapiya + ultratovushli terapiya moduli);
- BTL-6000 Combi fizioterapiya apparati (qisqato`lqinli terapiya moduli)
- BTL-6000 Combi fizioterapiya apparati (pressoterapiya moduli)
- cho`zish BTL — 16 PLUS;
- Ultratovushli terapiya apparati Y3T — 1,01 Φ ;
- lazeroterapiya- BTL 6000 COMBI;
- magnit BTL 4000/5000 Series;
- ampli puls -5 quyi xususiy fizioterapiya apparati;
- УВЧ-30,03;
- elektroson-ЭС 8M;
- elektroforez Поток-1;

- dorsenval Искра-1;
- nugabest;
- zarb-to`lqinli terapiya-5000/6000 SWT.



Asosiy adabiyotlar

1. Zokirova K.O', Toxtamatova D.O' «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2009
2. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2003
3. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, O'zbekiston milliy nashriyoti, 2007
4. Nazirov F.G. «Bemorlarni uyda va shifoxonada parvarish qilish». Toshkent, Abu Ali ibn Sino nashriyoti, 2003
5. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Tasvir nashriyoti, 2008
6. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Cho'lpon nashriyoti, 2009
7. Umarova T.Yu. «Hamshiralik ishi». Toshkent, 2003 Fozilbekova M.A. «Hamshiralik ishi nazariy asoslari». Toshkent, 2003

Internet saytlari :

1. <http://www.Google.ru>.
2. <http://www.Doctorbee.ru>.
3. <http://www.Ziyonet.uz>.